

## أنفلونزا الخنازير (إتش 1 إن 1) 2009:

### معلومات للنساء الحوامل

- يجب أن يحرص كل شخص على غسل اليدين بصفة متكررة. وتغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس. وتجنب الاتصال بالمرضى. ولزوم المنزل عند المرض. ووضع خطة إذا ما كان بحاجة للإقامة بالمنزل مع طفل مريض.
- إذا كنتِ حاملاً، فأحصلي على حقنة التحصين العادي ضد الأنفلونزا وحقنة لقاح أنفلونزا "إتش 1 إن 1" عند توافر اللقاح في منطقتك. يجب أن تحصل النساء الحوامل على حقن التطعيم ضد الأنفلونزا؛ ويجب ألا يتم إعطاؤهن لقاح الأنفلونزا في صورة بخاخ أنفي.
- إذا كنتِ حاملاً، فهذا يعني أنك مُعرضة بشكل شديد للمضاعفات الخطيرة للأنفلونزا.
- إذا ظهرت عليك أعراض الأنفلونزا (بما في ذلك بعض من هذه الأعراض أو جميعها: الحمى، أو السعال، أو التهاب الحلق، أو رشح أو انسداد الأنف، أو وجع الجسم، أو الصداع، أو القشعريرة، أو التعب)، فيرجى الاتصال بمقدم الرعاية الصحية أو بخط المشورة التمريضية المدرج في الخطة الصحية، أو العيادة، أو وزارة الصحة.
- لا يحتاج غالبية الأشخاص الذين تظهر عليهم أعراض الأنفلونزا لإجراء اختبار للكشف عن أنفلونزا "إتش 1 إن 1" لأن نتائج الاختبار لا تؤدي عادة إلى تغيير طريقة العلاج. غير أنه بالنسبة للحوامل، قد يرغب مقدم الرعاية الصحية في إجراء اختبار للكشف عن الإصابة بأنفلونزا "إتش 1 إن 1" 2009.
- بالنسبة للحوامل، يُعد العلاج المبكر باستخدام أدوية مضادة للفيروسات مفيداً ويمكنه أن يُحدث فرقاً كبيراً. (يحقق العلاج نتائج أفضل خلال يومين من ظهور الأعراض).

أي شخص تظهر عليه العلامات التحذيرية الطارئة التالية، يحتاج إلى العناية الطبية العاجلة:

#### الأطفال

- التنفس السريع أو ضيق التنفس
- لون الجلد مائل إلى الزرقة
- عدم شرب سوائل كافية
- عدم اليقظة أو عدم التفاعل مع الآخرين
- سرعة الانفعال الزائدة لدرجة أن يرفض الطفل أن يحمله أحد
- تحسن الأعراض الشبيهة بأعراض الأنفلونزا لكنها تعود مرة أخرى مصحوبة بالحمى أو سعال أشد
- الحمى المصحوبة بطفح جلدي

#### لبالغون

- صعوبة التنفس أو نهجان
- ألم أو ضغط في الصدر أو البطن
- دوخة مفاجئة
- الالتباس (التوهان)
- القيء الشديد أو المستمر
- تحسن الأعراض الشبيهة بأعراض الأنفلونزا لكنها تعود مرة أخرى مصحوبة بالحمى أو سعال أشد

